

# พางเรือชีวิตสู่ความสำเร็จ

## คณะผู้จัดทำ

นางวัฒนา	สุขรุ่งเรือง	ผู้ประสานงาน
นายสมชัย	ศิริระวนาตร	พิสูจน์อักษร
นายสมยศ	วงศ์เขียน	ผู้พิมพ์และจัดรูปแบบ



## แปลโดย

พลเรือเอกสุชาติ กลตาสตาร์เสณี  
กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิของคณะลูกเสือแห่งชาติ

## คำปรารภ

ผมได้อ่านหนังสือ *Rovering to Success* ของท่านปี.-พี. แล้วเห็นว่าเป็นหนังสือที่เป็นประโยชน์มากกับกิจการของลูกเสือ แต่หนังสือมีความยาวพอสมควร และอาจจะยากสำหรับผู้ที่ไม่สันทัดในการอ่านภาษาอังกฤษ ผมจึงคิดว่าหากผมสามารถย่อเอาเฉพาะใจความสำคัญจริงๆ ของหนังสือออกมาได้ น่าจะเป็นประโยชน์กับการลูกเสือไม่มากนักน้อย ผมจึงใช้เวลาว่าง แพล ย่อความและเรียบเรียง หนังสือเล่มนี้ เพื่อเป็นวิทยาทาน และต้องขออภัยมา ณ ที่นี้ หากมีความคลาดเคลื่อน ความไม่สมบูรณ์ใดๆ เกิดขึ้นกับงานของผมในครั้งนี้

พลเรือเอกสุชาติ กลศาสตร์เสนี  
กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิของคณะลูกเสือแห่งชาติ

20 ธ.ค. 2550

## เพลงพายเรือชีวิต

### PADDLE YOUR OWN CANOE

For a man' tis absurd to be one of a herd,  
Needing others to pull him through ;  
If he's got the right Grit he will do his own bit  
And paddle his own canoe.  
He'll look without dread at the snags on ahead.  
Wine, Women and Highbrows too;  
He won't run aground but will work his way round,  
With a smile, in his own canoe.

Chorus: So love your neighbour as yourself  
As the world you go traveling through.  
And never sit down with a tear or a  
frown.

But paddle your own canoe.

(Parody.)

## คำสั่งเสียงสุดท้ายของ บีพี

## สารบัญ

ท่านยืนยันอีกครั้งว่า หนังสือเล่มนี้มุ่งหมายสำหรับเด็กและเยาวชนที่ยังไม่มีจุดหมายของตนเองในชีวิต ยังไม่มีแผนการชีวิตของตนแต่อย่างไร ซึ่งหนังสือเล่มนี้สามารถที่จะช่วยให้เด็กและเยาวชนเหล่านี้ ไม่ตกเป็นทาสของสิ่งเฝ้ายวนในทางที่ผิดในทางที่เสื่อมเสียทั้งหลายได้ และสามารถจะพัฒนาตนเองให้เป็นคนดี คนที่มีประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติต่อไปได้ ปัจฉิมวาทของท่านที่มีต่อเด็กและเยาวชน ดังนี้

สำหรับ ข้าพฉันั้น เวลาในชีวิตของข้าพฉันั้นจะหมดลงแล้ว แต่สำหรับพวกเธอทั้งหลายนั้นอนาคตยังมีอีกยาวไกลนัก ชีวิตของข้าพฉันั้นจะต้องผ่านร้อนผ่านหนาวผ่านอุปสรรคต่างๆ นาๆ ในชีวิตมามากมายก็ตาม แต่ก็ถือได้ว่าโดยรวมแล้วข้าพฉันั้นก็ประสบความสำเร็จในชีวิตมากพอควร แล้วพวกเธอล่ะ เธอจะทำอะไรกับชีวิตของเธอ ? เธอจะสามารถประสบความสำเร็จในชีวิตได้เช่นกัน หากเธอดูแลชีวิตเธอให้ดีตั้งแต่บัดนี้ หากเธอขี้เกียจดูตาย ชีวิตเธอจะประสบความสำเร็จล้มเหลวอย่างแน่นอน คนเราเกิดมาชาติหนึ่งมีเวลาอันแสนจะสั้นนัก อย่าปล่อยให้เวลาอันมีค่านี้ให้เสียไปโดยเปล่าประโยชน์ ก่อนที่เธอจะจากโลกนี้ไป เธอควรจะฝากความดี ฝากเกียรติยศชื่อเสียงอันดีไว้เป็นอนุสรณ์ เป็นตัวอย่างกับคนรุ่นหลัง ความสุขที่แท้จริงในชีวิตจะเป็นของเธออย่างแน่นอน หากเธอสามารถพายเรือชีวิตผ่านโขดหินชีวิตต่างๆ ไปได้ ด้วยความจริงใจ ด้วยความปรารถนาดีจากใจของข้าพฉันั้นขออวยพรให้พวกเธอทั้งหลายประสบความสำเร็จในชีวิตและของอวยพรแบบลูกเสือคือ “Good Camping”

### หน้า

คำปรารภ.....	ก
สารบัญ.....	ข
พายเรือชีวิตสู่ความสำเร็จ.....	1
ความสำเร็จที่แท้จริงก็คือการมีความสุขนั่นเอง.....	2
โขดหินชีวิตที่ 1 (Rock 1) – การพนัน (Horses).....	4
โขดหินชีวิตที่ 2 (Rock 2) – การดื่ม (Wine).....	6
โขดหินชีวิตที่ 3 (Rock 3) – ผู้หญิง (Women).....	7
โขดหินชีวิตที่ 4 (Rock 4) – คนชอบเอาเปรียบและคนไม่จริงใจ (Cuckoos & Humbugs) .....	8
โขดหินชีวิตที่ 5 (Rock 5) – คนไร้ศาสนา(Irreligion).....	9
บทสุดท้าย.....	10
คำสั่งเสียงสุดท้ายของ บีพี.....	11
เพลงพายเรือชีวิต PADDLE YOUR OWN CANOE.....	12
คณะผู้จัดทำ	



## “พายเรือชีวิตสู่ความสำเร็จ” (*Rouering to Success by B.P. Sept. 1930*)

ชีวิตของคนเรานั้น จากชีวิตที่เป็นเด็กจนโตเป็นผู้ใหญ่ ย่อมจะต้องเรียนรู้ชีวิต ย่อมจะต้องแก้ปัญหาชีวิตในรูปแบบต่างๆ กว่าที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต เปรียบก็คล้ายๆ กับการพายเรือ (Paddle) ข้ามอ่าวที่ย่อมจะต้องฝ่าคลื่นลมใหญ่น้อยตลอดเส้นทาง นอกนี้ยังต้องหลบหลีกโขดหินต่างๆ มากมาย หากบังคับเรือไม่ดีแล้วเรืออาจจะล่มเนื่องจากคลื่นลมหรือเรืออาจจะชนหิน เรือก็จะแตกเสียหายเดินทางไม่ถึงจุดหมายปลายทาง ในหนังสือนี้ใช้คำว่าพายเรือ(Paddle) แทนคำว่ากรรเชียงเรือ (Row) เพราะว่าการกรรเชียงเรื่อนั้นผู้กรรเชียงหันหน้าไปทางท้ายเรือ ย่อมจะมองไม่เห็นทิศทางที่เรือเคลื่อนไป ต้องอาศัยนายท้ายเรือคอยค้ำค้ำท้ายให้เปรียบคล้ายๆ กับว่าในการฟันฝ่าอุปสรรคในชีวิตของเรานั้น เราต้องคอยพึ่งคนอื่นอยู่เสมอไม่เป็นตัวของตัวเอง ในขณะที่การพายเรื่อนั้น คนพายหันหน้าไปทางหัวเรือ ย่อมจะเป็นผู้ควบคุมทิศทางเคลื่อนที่ของเรือด้วยตนเอง เปรียบเสมือนว่าในการฟันฝ่าอุปสรรคต่างๆ ในชีวิตนั้น เราเผชิญหน้าแก้ปัญหาต่างๆ ด้วยตัวของเราเอง ไม่ต้องให้ใครมาบงการ หรือคิดแทนเรา



### หมายเหตุ (ผู้แปลและเรียบเรียง)

ในเรื่องศาสนานี้วิทยากรหรือผู้บังคับบัญชาลูกเสือ คงจะประยุกต์เอาเอง เพราะคำสั่งสอนในพุทธศาสนาก็มีความคล้ายกับแนวทางของศาสนาคริสต์ โดยเฉพาะคล้ายกับแนวทางของลูกเสืออยู่แล้ว นั่นก็คือสอนให้เป็นคนดี บี.-พี. เองก็ยอมรับในเรื่องนี้โดยเขียนไว้ทั้งในหนังสือ Scouting for Boys และ Roving to Success เล่มนี้ ท่านยังเขียนชมไว้ในหนังสือเล่มนี้ว่า “ชาวพม่าน่าจะเป็นคนที่มีความสุขที่สุดในโลก (ในเวลานั้น) ซึ่งน่าจะเนื่องมาจากพม่า (ขณะนั้น) นับถือพุทธศาสนาอย่างเคร่งครัดนั่นเอง”

### บทสุดท้าย กระบวนการจัดตั้งลูกเสือวิสามัญ (Rover Scouts)

ในบทนี้ บี.-พี. บรรยายวิธีการที่จะนำเอาทฤษฎีที่ให้ไว้ในบทต้นๆ มาให้เกิดผลในทางปฏิบัติ นั่นก็คือการจัดตั้งกองลูกเสือวิสามัญขึ้น ประกอบไปด้วยกระบวนการทั้งระบบ ตั้งแต่การรับสมัคร การแต่งกาย การจัดหน่วย การฝึก เป็นต้น ซึ่งจะไม่นำมาแปลไว้ในที่นี้เพราะเราก็มีระบบของเราอยู่แล้ว แต่จะนำเอาส่วนที่เห็นว่าสำคัญที่ทุกคนควรทราบคือ

ความมุ่งหมายของการฝึกอบรมลูกเสือวิสามัญ

1. พัฒนาให้ลูกเสือเป็นผู้ที่มีนิสัยใจคอ (Character) ที่ดี เช่น เป็นคนที่ซื่อสัตย์ไว้ใจได้เชื่อถือได้ มีความกล้าหาญ เป็นต้น และเป็นผู้ที่มีสติปัญญาเฉียบแหลม (Intelligence)
2. พัฒนาความรู้ ความชำนาญในงานช่าง งานฝีมือต่างๆ ที่จำเป็นในชีวิตประจำวัน
3. พัฒนาสุขภาพ พลานามัยให้แข็งแรงสมบูรณ์
4. พัฒนาให้ลูกเสือมีจิตสำนึกที่จะช่วยเหลือผู้อื่นทุกเมื่อ และพลเมืองดีของสังคม

บี.-พี. เสนอว่าการที่จะพ่ายเรือชีวิตให้ผ่านโขดหินก้อนนี้ได้ สิ่งที่สำคัญที่สุดคือ “การศึกษา” โดยเฉพาะการศึกษาเพื่อพัฒนาด้านจิตใจ ด้วยการเสาะหาความรู้หาประสบการณ์ชีวิตจากธรรมชาติ จากการศึกษาจากประสบการณ์ของคนอื่นจากการเดินทางท่องเที่ยวไปในโลกกว้าง เป็นต้น การศึกษาในห้องเรียนเป็นเพียงสะพานเพื่อให้ลูกเสือทุกคนได้ศึกษาต่อไปด้วยตนเองต่อไปตลอดชีวิต บี.-พี. เปรียบเทียบความรู้ที่ได้จากการเรียนในห้องเรียนคล้ายๆ กับแสงสว่างจากไม้ขีดไฟที่ส่องในห้องมืดเท่านั้น แต่ความรู้ที่ได้จากการเรียนรู้ด้วยตนเองนอกห้องเรียนคล้ายกับแสงเทียนในห้องมืดอันเกิดจากการจุดของไม้ขีดไฟก้อนนั้น

ตอนท้ายบท บี.-พี. อธิบายโครงสร้างทางการเมืองของอังกฤษขณะนั้นละเอียดพอสมควร

### โศกนาฏกรรมที่ 5 (Rock 5) – คนไร้ศาสนา (Irreligion)

บี.-พี. ค่อนข้างจะให้ความสำคัญกับเรื่องศาสนามาก โดยเฉพาะศาสนาคริสต์ที่ท่านนับถือเพราะมีส่วนเกี่ยวข้องกับหลักการของลูกเสือ คือ การเป็นคนดี เป็นพลเมืองดีทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น ต่อสังคม เพราะพระเจ้า (God) ก็คือ “ความรักต่อเพื่อนมนุษย์ (Love)” นั่นเอง บี.-พี. มีความเชื่อว่าพระเจ้านั้นมีอยู่จริงเพราะความมหัศจรรย์ ความสวยงามของธรรมชาติ ความมหัศจรรย์ละเอียดอ่อนของการทำงานของร่างกายมนุษย์และสัตว์ น่าจะเป็นผลงานของพระเจ้า เพราะไม่น่าจะมีใครสร้างสิ่งมหัศจรรย์เหล่านี้ออกมาได้ และท่านเชื่อว่าการที่คนเราได้อยู่กับธรรมชาติ ได้ศึกษาธรรมชาติก็เท่ากับได้อยู่กับพระเจ้านั่นเอง ดังนั้น มนุษย์ ทุกคนไม่ว่าจะนับถือศาสนาใด ย่อมจะอยู่ในอ้อมอกของพระเจ้าด้วยกันทั้งสิ้น การต่อสู้ทำสงครามฆ่าฟันกันอันเนื่องมาจากความแตกต่างในการนับถือศาสนา จึงเป็นเรื่องที่ไม่มีเหตุผล ไม่เป็นการสมควรอย่างยิ่ง

## “ความสำเร็จที่แท้จริงก็คือการมีความสุขนั่นเอง” (True Success is Happiness)

โดยทั่วไปแล้วผู้ที่ได้ชื่อว่า “ประสบความสำเร็จในชีวิต” ก็คือผู้ที่สามารถทำอะไรสักอย่างได้ยอดเยี่ยม เก่งกว่าคนอื่นๆ เขา แต่สำหรับข้าฯไม่คิดอย่างนั้นเลย ข้าฯเชื่อว่าผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิตก็คือ ผู้ที่มีความซาบซึ้งกับสิ่งที่สวยงาม สิ่งที่มีความมหัศจรรย์ที่มีอยู่ในโลกใบนี้ และเมื่อมีโอกาสเขาก็จะยื่นมือเข้าไปช่วยทำให้สิ่งเหล่านั้นมีความสุข มีความมหัศจรรย์มากยิ่งขึ้นๆ ขึ้นไปอีก และเขาจะมีความสุขกับการที่จะได้ช่วยเหลือเพื่อนร่วมโลกของเขา มากกว่าการที่จะเอาชนะคะคาน นี่แหละคือ “ความสุข”

“ความสุข”(Happiness) กับ“ความสำราญ” (Pleasure) ต่างกันอย่างไร ?

โดยทั่วไปแล้ว ความสุข (Happiness) กับ ความสำราญ (Pleasure) ต่างกันตรงที่ “การได้มาซึ่งทั้ง 2 สิ่งนั้น ” นั่นคือ “ความสุข” จะได้มาด้วยการลงทุนลงแรง ด้วยความเหนื่อยยากของตนเอง คือเป็น “Active” อย่างเช่นการช่วยเหลือผู้อื่น การช่วยพัฒนาวัด การช่วยพัฒนาสวนสาธารณะ เหล่านี้เป็นการกระทำด้วยความสมัครใจลงทุนลงแรงด้วยความเต็มใจ ผลงานนั้นย่อมจะนำความสุขมาให้ ส่วน “ความสำราญ” นั้น มักจะได้มาโดยไม่ต้องลงทุนลงแรงอะไร คือเป็น “passive” อย่างเช่น การทานอาหารอร่อยๆ การดูภาพยนตร์ที่ตื่นเต้น การเดินชายหาดกับคนรัก เหล่านี้ล้วนได้มาโดยไม่ต้องลงทุนลงแรงอะไร ดังนั้น มนุษย์ทุกคนไม่ว่าจะร่ำรวยหรือยากจน ย่อมจะมีโอกาสหาความสุขที่แท้จริงให้กับตนเองได้เท่าๆ กัน ดังมีคำกล่าวที่ว่า “สิ่งที่มีคุณค่าควรแก่การครอบครองเป็นเจ้าของนั้นมักจะเป็นสิ่งที่มีเงินก็ซื้อไม่ได้” (The Things that are most worth having are The Things that money cannot buy) ข้าฯ เชื่อว่า “ชาวพม่า”

เป็นคนที่มีความสุขที่สุดในโลก ชาวพม่าเป็นคนที่มีความสดชื่น รื่นเรืองอยู่เสมอ รักสัตว์ มิมิตรมิตรต่อผู้อื่น ชอบช่วยเหลือผู้อื่น ปฏิบัติตนตามแนวทาง พุทธศาสนาอย่างเคร่งครัด

โขดหินชีวิต (Rock) ที่สำคัญนั้นมี 5 โขดหินด้วยกัน ซึ่งข้าฯจะได้กล่าวถึง ต่อไปนี้ พร้อมทั้งข้อเสนอแนะของข้าฯที่จะพ่ายเรือชีวิตหลบเลี่ยงโขดหิน (ชีวิต) เหล่านี้ให้ได้

โขดหินเหล่านี้อาจจะเรียกว่าเป็นโขดหินชีวิตที่นำจะได้ ซึ่งข้าฯเองเคยได้ฟันฝ่ามันมาด้วยตัวเองพอสมควร เพราะบิดาข้าฯเสียชีวิตตั้งแต่ข้าฯ ยังเป็นเด็กอยู่ ข้าฯคิดว่าประสบการณ์ที่ผ่านมาของข้าฯน่าจะเป็นประโยชน์กับเด็กๆ ที่จะกำลังเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ข้าฯจึงได้เขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้นมา ดังนั้น หนังสือเล่มนี้จึงมิได้เขียนขึ้นเพื่อผู้ที่มีประสบการณ์ชีวิตสูงมากแล้วแต่อย่างใด แต่เขียนขึ้นเพื่อสอนเด็กและเยาวชนที่ยังไม่แน่ใจว่าจะดำเนินชีวิตของตนอย่างไรดี จึงจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดี เป็นผลดีกับทั้งตัวเองและสังคม (Good men and good citizens) ข้าฯคิดว่าเมื่อข้าฯจบจากโรงเรียนสามัญนั้น ข้าฯยังมิได้รับการสั่งสอนจากครูอย่างพอเพียงที่จะปฏิบัติตนเป็นผู้ใหญ่ที่ดีได้ โรงเรียนเพียงแต่สอนให้ข้าฯรู้ว่า ข้าฯจะสามารถศึกษาความรู้ด้วยตนเองอย่างไร ดังนั้นการศึกษาหาความรู้ หาประสบการณ์ชีวิตด้วยตนเอง (Self Education) จึงมีความสำคัญมาก เพื่อเตรียมความพร้อมให้กับตนเองในการที่จะเป็นผู้ใหญ่ที่ดีต่อไปในอนาคต ซึ่งข้าฯคิดว่าควรเตรียมความพร้อม 3 ด้าน คือ

- ความพร้อมที่จะมีอาชีพที่ดีที่เหมาะสม
- ความพร้อมที่จะเป็นพ่อ(แม่)ที่ดี
- ความพร้อมที่จะเป็นพลเมืองดีและเป็นผู้นำที่ดี

ตามปกติแล้วคำว่า “Rovering” หมายความว่า “การเดินทางไปโดยปราศจากจุดหมาย” ข้าฯขอให้ความหมายใหม่ว่า “เป็นการเดินทางที่มี

## โขดหินชีวิตที่ 4 (Rock 4) – คนชอบเอาเปรียบและคนไม่จริงใจ (Cuckoos & Humbugs)

ปี.-พี. เปรียบคนชอบเอาเปรียบชาวบ้านว่า คล้ายกับพฤติกรรมของนกกาเหว่า (Cuckoos) คือเจ้านกกาเหว่าจะไม่ฟักไข่และจะไม่เลี้ยงลูกตัวเอง นกกาเหว่า จะแอบไปขโมยไข่ของนกอื่นกินเป็นอาหารและเอาไข่ของตัวเองไปใส่ไว้แทน เพื่อให้แม่ นกเจ้าของรังฟักไข่และเลี้ยงลูกของตัวเองแทน ซึ่งนับว่าเป็นการเอาเปรียบเป็นการเห็นแก่ตัวอย่างมาก ลูกเสียทั้งหลายจะต้องเจอเจอกับคนประเภทนี้ในชีวิต ลูกเสียทั้งหลายต้องรู้เท่ากัน และหลีกเลี่ยง การคบหากับบุคคลประเภทนี้ ที่สำคัญคือต้องไม่ทำตัวเป็นแบบคนพวกนี้เสียเอง

คนอีกประเภทหนึ่งซึ่งลูกเสียจะพบเจอในชีวิตก็คือ คนที่ไม่ความจริงใจ คนพวกนี้จะพูดอย่างแต่ทำอีกอย่าง ปากก็พูดถึงหลักการดีๆ ทั้งหลาย การที่จะทำตัวให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม ต่อหมู่คณะ แต่ในความเป็นจริงทำตัวตรงกันข้ามกัน บุคคลประเภทนี้จะพบมากในพวกที่เป็นนักการเมือง ทั้งในระดับท้องถิ่นและระดับชาติ ดังนั้น ลูกเสียทั้งหลายจะต้องพิจารณาให้รอบคอบก่อนที่จะเชื่อคำพูดของคนเหล่านี้ ต้องติดตามพฤติกรรมของคนเหล่านี้อย่างใกล้ชิด โดยเฉพาะเหตุการณ์บ้านเมืองและระบบการเมืองของประเทศ จะได้สามารถมีส่วนร่วมที่เหมาะสมเมื่อเวลามาถึง เช่น การเลือกตั้งผู้แทนที่เหมาะสมเข้าไปบริหารประเทศ เป็นต้น

บุคคลที่น่ารังเกียจอีกประเภท คือพวกที่เย่อหยิ่งถือตัวคิดว่าตัวเองเหนือกว่าคนอื่นฯ เช่น มีชาติตระกูลสูงกว่า มีความรู้ ความรวยมากกว่าคนอื่น คนพวกนี้ก็ไม่น่าคบเป็นอย่างยิ่ง และลูกเสียทั้งหลายย่อมต้องไม่ทำตัวเช่นคนประเภทนี้ ต้องมีความอ่อนน้อมถ่อมตนเสมอ



### ไชอินชีวิตที่ 3 (Rock 3) – ผู้หญิง (Women)

ในบทนี้ บี.-พี. อธิบายให้ลูกเสือเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องเพศศึกษา โดยเฉพาะเกี่ยวกับลูกเสือชาย เพราะช่วงนี้เป็นช่วงที่เด็กกำลังเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ทั้งร่างกายและจิตใจ ท่านอธิบายให้เด็กได้เข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ว่าเป็นเรื่องธรรมชาติ ดังนั้น เด็กๆจะต้องได้รับความรู้เรื่องทางเพศอย่างพอเพียงในวัยอันสมควรเป็นลำดับมาจนกระทั่งระดับลูกเสือวิสามัญ(Rover Scouts) เพื่อจะได้ปฏิบัติตนได้ถูกต้องทั้งตนเองและเพศตรงกันข้าม เพื่อจะได้ไม่พ่ายเรือชีวิตไปจนไชอินนี้ และท่านก็ได้แนะนำวิธีการไว้ว่า คุณสมบัติที่ลูกเสือจะต้องมีไว้คือ ความเป็นสุภาพบุรุษ (บี.-พี. ใช้คำว่า Chivalry แทนคำว่า Gentleman แต่ความหมายคล้ายกัน) ซึ่งหมายความว่าผู้ที่มีนิสัยชอบที่จะปกป้องและให้ความช่วยเหลือแก่ผู้หญิงและเด็ก ผู้ชายที่มีคุณสมบัติเช่นนี้ย่อมจะไม่เอาเปรียบผู้ที่อ่อนแอกว่า ปฏิบัติตนด้วยความสุภาพอ่อนโยนและให้เกียรติแก่ผู้หญิงเสมอ

คุณสมบัติข้อต่อไปที่ บี.-พี. แนะนำไว้คือ การออกกำลังกายและการรักษาสุขภาพ เพราะการมีสุขภาพที่ดีก็จะทำให้จิตใจดีและเข้มแข็งไปด้วย (A healthy mind in a healthy body) การออกกำลังกายสม่ำเสมอนอกจากจะทำให้สุขภาพร่างกายแข็งแรงแล้วยังช่วยให้ลดความหมกมุ่นเรื่องทางเพศไปได้มาก การรักษาความสะอาดของร่างกายนอกจากจะช่วยให้สุขภาพโดยทั่วไปดีแล้วยังช่วยเสริมบุคลิกส่วนตัวให้ดูดีต่อเพศตรงข้ามและบุคคลทั่วไปด้วย

นอกจากนี้ บี.-พี. ยังให้แนะนำอย่างค่อนข้างยืดยาวเกี่ยวกับเรื่องชีวิตสมรส ตั้งแต่วิธีการเลือกคู่ที่เหมาะสม การแต่งงาน การใช้ชีวิตสมรสอย่างไรให้มีความสุข การมีบุตร และการเป็นพ่อแม่ที่ดี และสุดท้ายท่านก็ย้ำว่า ความสุขที่แท้จริงในชีวิตนั้น ก็คือการทำให้อื่นมีความสุขนั่นเอง



ความสุข สนุกสนานโดยมีจุดหมายที่แน่นอน ด้วยความรู้ ความตื่นตัว ตลอดเวลา จะต้องเผชิญกับอันตราย เผชิญกับปัญหามากมายอย่างในระหว่างทาง ซึ่งเปรียบคล้ายๆว่าเป็นไชอิน (Rock) ที่เป็นอันตรายต่อเรือและการเดินเรือ เพราะหากไม่รู้จักรักหลบหลีกให้ดีแล้ว เรืออาจชนหินเสียหายหรือจมลงได้

### ไชอินชีวิตที่ 1 (Rock 1) – การพนัน (Horses)

การเล่นการพนันนั้นเป็นสิ่งที่เลวร้าย เป็นอันตรายต่อชีวิตของทุกคนอยู่แล้ว โดยไม่ต้องกล่าวเพิ่มเติมอะไรมากนัก แต่ที่จะเน้นในที่นี้คือการพนันอันเกิดจากการเล่นกีฬา ซึ่งเด็กและเยาวชนอาจจะเข้าไปมีส่วนร่วมได้ อย่างเช่นกีฬาขี่ม้า ฟุตบอล มวย กอล์ฟ ฯลฯ เหล่านี้ล้วนแต่เป็นกีฬาที่ดีทั้งสิ้น แต่ปรากฏว่ากีฬาเหล่านี้มีการพนันขันต่อกันค่อนข้างรุนแรงมากอาจจะทำให้เด็กและเยาวชนที่ชื่นชอบกีฬาเหล่านี้ ติดการพนันโดยโดยไม่รู้ตัวก็เป็นได้ ข้าฯจึงให้ความสำคัญกับไชอินชีวิต ก้อนนี้มากเป็นพิเศษ เราจะสามารถพ่ายเรือชีวิตหลบเลี่ยงไชอินชีวิตก้อนนี้ได้ ดังต่อไปนี้

อันดับแรก “เลือกเล่นกีฬาที่เป็นกีฬาที่แท้จริง (True Sport)”

“กีฬาที่แท้จริง” ข้าฯ หมายถึง กีฬาหรือการออกกำลังกายอะไรก็ได้ที่เหมาะสมกับแต่ละบุคคล และต้องเป็นการเล่นด้วยตนเอง มิใช่เป็นเพียงแต่คนดู อย่าปล่อยให้ร่างกายอ่อนแอโดยการขาดการออกกำลังกายเป็นประจำและควรเป็นกีฬาที่ไม่ต้องลงทุนมากมายนัก ข้าฯขอแนะนำกีฬาที่ดีมากๆอย่างหนึ่งคือ กีฬาไต่เขา การไต่เขานอกจากจะเป็นการออกกำลังกายที่ดีมากๆแล้วยังช่วยในการฝึกกำลังใจ ฝึกการทำงานเป็นทีม ฝึกความอดทนได้เป็นอย่างดี

อันดับต่อไป “เลือกงานอดิเรก (Hobbies) ที่เหมาะสม”



นอกจากการเล่นกีฬา การออกกำลังกายแล้ว เด็กๆยังมีเวลาเหลืออีกมากอย่าปล่อยให้เวลาผ่านไปโดยเปล่าประโยชน์ หางานอดิเรกที่เหมาะสมให้กับตนเอง ซึ่งอาจจะมากกว่าหนึ่งอย่างก็ได้ เด็กๆจะเลือกงานอดิเรกที่เหมาะสมอย่างไร ? การสร้างนิสัยให้เป็นคนชอบทำอะไรด้วยตนเอง ทำตัวให้เป็นประโยชน์ในการช่วยเหลือบิดา มารดาทำงานบ้าน เหล่านี้จะช่วยให้เด็กๆ พบว่าตัวเองถนัดที่จะทำอะไร สนใจอะไรเป็นพิเศษ เช่น การช่วยเหลือคุณแม่ทำกับข้าวก็อาจจะพบว่าการทำกับข้าวเป็นงานอดิเรกที่น่าสนใจ การช่วยเหลือคุณพ่อทำสวน หรือทำงานช่างไม้ ช่วยดูแลรถยนต์ ก็อาจจะพบว่างานเหล่านี้เป็นงานอดิเรกที่เหมาะสมของตนเองได้ เป็นต้น นอกจากนี้งานอดิเรกหลายประเภทอาจจะสร้างรายได้เล็กๆ น้อยๆ ให้ก็ได้

อันดับต่อไปก็คือ การเลือกอาชีพที่สุจริตที่เหมาะสมให้กับตนเอง เมื่อมีรายได้ก็รู้จักใช้จ่าย รู้จักการเก็บออมเพื่อความจำเป็นต่างๆ ในวันข้างหน้า

คุณสมบัติลูกจ้างที่นายจ้างทั่วไปแสวงหา คือ

- ความสามารถ (Capable) คือเป็นผู้ที่มีความรู้ความชำนาญในงาน ปฏิบัติหน้าที่อย่างมีประสิทธิภาพเสมอ
- ขยันขันแข็ง (Energetic) คือเป็นผู้ที่ทำงานด้วยความเอาใจใส่ในงานตลอดเวลาและทำงานด้วยการมีอารมณ์ดี สนุกสนานในงาน
- ความเชื่อถือได้ (Reliable) คือเป็นผู้ที่มีความซื่อสัตย์ต่อตนเอง ต่อนายจ้าง และต่อหมู่คณะ เป็นผู้ที่สามารถให้ความไว้วางใจได้ทุกเมื่อไม่ว่าจะเป็นเรื่องเกี่ยวกับงานหรือเงินทอง
- ความคิดริเริ่มในงาน (Resourceful) คือเป็นผู้ที่ไม่ยอมแพ้ต่อปัญหาอุปสรรคในงาน จะต้องหาวิธีการแก้ปัญหาทำงานให้สำเร็จลุล่วงไปได้เสมอ
- มีความเป็นผู้นำที่ดี (Tactful leader of Man) คือเป็นผู้ที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ทำตัวเป็นตัวอย่างที่ดีกับผู้ใต้บังคับบัญชา มีอารมณ์ดียิ้มแย้มเสมอ

## โชดหินชีวิตที่ 2 (Rock 2) – การดื่ม (Wine)

ปี.-พี. กล่าวถึงโทษของการดื่มจนเกินพอดี ดื่มจนมึนเมาจนเกิดเป็นนิสัย เอาไว้มากมาย ท่านกล่าวว่า การดื่มจนมึนเมา นอกจากจะทำให้เสียสุขภาพ เสียเกียรติของสุภาพบุรุษแล้ว ยังนำไปสู่สิ่งเลวๆ อื่นๆ เช่น การสูบและติดบุหรี่ การติดยา การกระทำผิดกฎหมายต่างๆ เป็นต้น ผู้ที่ติดเหล้า ติดยาข่มจะเป็นที่รังเกียจของสังคม ข่มจะไม่ประสบความสำเร็จในชีวิตได้อย่างแน่นอน ผู้ที่เป็นพ่อแม่ข่มไม่ควรทำให้เป็นตัวอย่างที่ไม่ดีกับลูกหลานของตนเอง มีคนจำนวนไม่น้อยที่ต้องเสียนาคตเพราะติดเหล้าตั้งแต่วัยเยาว์

เราจะพยายเรือชีวิตผ่านโชดหินชีวิตนี้ไปได้อย่างไร ? สิ่งที่สำคัญที่สุดก็คือ ต้องเป็นผู้มีจิตใจเข้มแข็ง (Self Control) สามารถควบคุมตัวเองต่อสิ่งยั่วยวนต่างๆ ได้ ควบคุมความโกรธ ความกลัวของตัวเองได้ เป็นผู้ที่มีหิริโอตตัปปะ คือความกลัวและละอายต่อการที่จะประพฤติปฏิบัติในสิ่งที่ไม่ถูกไม่ควรต่างๆ นั่นก็คือความเป็นสุภาพบุรุษ (Gentleman) นั่นเอง ความเป็นสุภาพบุรุษ หมายความว่า เป็นผู้มีเกียรติเชื่อถือได้ ในทุกๆ โอกาส ทุกๆ สถานการณ์ เป็นผู้ที่ยอ่อนน้อมถ่อมตนและพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือผู้อื่นทุกเมื่อ

คุณสมบัติที่สำคัญข้อต่อไปคือ ความซื่อตรงต่อตนเองและผู้อื่น (Loyalty to oneself and to others) ซึ่งความจริงก็คือกฎของลูกเสือข้อ 2. ผู้ที่จะเป็นผู้นำที่ดีจำเป็นต้องมีหรือพัฒนาตนเองให้เกิดมีคุณสมบัติข้อนี้ เพราะผู้ที่อยู่ใต้บังคับบัญชาจะให้ความร่วมมือในการฟันฝ่าอุปสรรค หรือฝ่าอันตรายได้ดี หากผู้นำพูดความจริงกับพวกเขา คนที่มีความซื่อตรงมีความเคารพต่อตนเองข่มจะไม่ประพฤติปฏิบัติเรื่องใดๆ ที่จะนำความเสื่อมเสียหายมาสู่ตนเอง หมู่คณะเป็นแน่

